Jean-Yves Leloup

l’évidence de l’invisible

anamnèse essentielle

TABLE

“ANAMNÈSE ESSENTIELLE”

L’anamnèse qu’on traduit généralement par souvenir ou par remémoration est une pratique qu’on retrouve dans différents domaines :

– En médecine, il s’agit de retracer l’histoire d’une maladie, les antécédents traumatiques ou médicaux, l’historique qui pourrait conduire à la douleur dont se plaint le patient, les résultats des différentes explorations déjà faites et les traitements entrepris.

– En psychologie ou en psychanalyse, c’est l’histoire même du sujet, le sujet étant considéré comme la somme de cette histoire, de ses traumatismes, de ses symptômes et de leur résolution aléatoire inaccomplie.

– Dans la liturgie chrétienne, il s’agit de ce moment où on fait mémoire de la passion, de la mort et de la résurrection du Christ et de Sa présence réelle et vivante, “avec nous jusqu’à la fin du monde” à travers les gestes de la “communion” du pain et du vin, corps et sang, partagés.

Avant de parler de l'anamnèse essentielle chez les Thérapeutes d'Alexandrie, il est bon de rappeler que Freud dans *Moïse et le monothéisme* définit l'inconscient comme une mémoire :

"Tout ce qu'un enfant de deux ans a déjà pu voir sans le comprendre peut bien ne jamais revenir à sa mémoire, sauf dans ses rêves. Le traitement analytique seul sera capable de lui faire connaître ces événements. Mais, à un moment donné, ces derniers [...] peuvent surgir dans la vie du sujet, lui dicter ses actes, déterminer ses sympathies ou ses antipathies et souvent décider de son choix amoureux [...]. L'éloignement dans le temps est ici le facteur essentiel en ce qui concerne cet état spécial de la mémoire que nous appelons « inconscient[1] »."

Pour les Thérapeutes d'Alexandrie, l'anamnèse essentielle est la remémoration incessante à travers une attention, une respiration, une invocation, de la présence de l'Infini (Vie-Conscience-Amour).

Cette Présence n'est pas présence de quelqu'un ou de quelque chose mais Présence originelle de

1. Sigmund Freud, *Moïse et le monothéisme*, Gallimard, 1948, p. 169-170.

tout être, sujet ou objet ; cette présence de l'Infini peut être appelée "présence de Dieu".

Pour Philon d'Alexandrie et les anciens Thérapeutes, Dieu est "plus qu'Être", meilleur que le Bien, au-delà de l'Un, au-delà de tout. Dieu est *no-thing*, "pas une chose", l'Être n'est pas "un être", c'est de l'espace, de la clarté, c'est ce qui demeure entre nous, entre tout, le Rien, *no-thing*, le "pas une chose" d'où naissent toutes les choses.

Il y a en nous, en tout être, un espace, une liberté, un silence qu'il faut préserver. C'est ce que nous avons de plus précieux, c'est peut-être aussi ce qu'il y a de plus fragile dans l'univers. "Nous avons à prendre soin de Dieu pour qu'il ne meure pas", disait Etty Hillesum.

Le Thérapeute, selon Philon d'Alexandrie, est au service de cette vision. Avant toute chose il prend soin d'éveiller notre regard intérieur, capable de voir "ce qui est" dans "ce qui passe". Il nous ramène de l'existentiel à l'essentiel, cet essentiel qui n'est pas une essence abstraite ou un "arrière-monde", mais la Vie de notre vie, le Souffle de notre souffle, la Conscience de notre conscience, l'Être de notre être – là est la *soteria*, qu'on traduit par "santé" ou encore par "salut", la "Grande Santé".

Dans les traditions orientales, il est dit qu'*a-vidya*, l'ignorance, est la source de tous les maux, aussi bien physiques que psychiques et cosmiques. *A-vidya* veut dire exactement la même chose qu'*a-théos*, "absence de vision". L'ignorance n'est pas seulement manque de savoir mais méconnaissance de soi et du Soi, oubli de l'Être *(brahman)* qui nous fait être. On ne parlera pas alors seulement de santé ou de salut, quand par la reconnaissance on retrouve notre intimité avec le Soi, avec le Réel infini, on parlera d'Éveil, de sortie de l'ignorance cause de notre malheur, c'est-à-dire de notre identification avec notre "être-pour-la-mort", être-pour-la-mort qu'il ne s'agit pas de nier, puisqu'il est lui-même une manifestation de l'Être non créé, non né. En prendre soin, c'est cesser de l'idolâtrer ou de le mépriser et lui rendre sa transparence, son caractère ontophanique ou théophanique.

Quand les anciens Thérapeutes ou les sages de l'Inde parlent des athées et des ignorants, ce n'est pas pour les juger ou les condamner, mais pour les inviter à aller plus loin, à faire un "pas de plus", un pas au-delà de leurs représentations d'eux-mêmes et du monde, un pas au-delà des images et des symptômes dans lesquels ils se sentent arrêtés. Les Thérapeutes ne peuvent évidemment rien

faire pour ceux qui se complaisent dans leur ignorance ou qui font de cette ignorance la condition même de l'homme et ne veulent à aucun prix en sortir, la conscience de l'absurdité de leur vie leur apparaissant comme la plus grande lucidité et la plus haute connaissance.

"Reconnaître qu'on est malade, c'est la moitié de la guérison" dit-on : reconnaître qu'on ne voit pas, c'est le commencement de la vision, reconnaître son athéisme, au sens étymologique, peut être le premier pas vers Dieu. Savoir qu'on ne sait rien, c'est le commencement de la sagesse. C'est peut-être aussi la fin, mais il ne faut pas confondre ignorance stupide et "docte ignorance" ; le silence de celui qui n'a rien à dire n'est pas le silence de celui qui pense avoir suffisamment parlé et qui peut désormais se taire. Il faudrait distinguer l'athéisme de l'ignorant, qui ne croit pas en Dieu, et l'athéisme du mystique, qui ne croit pas en "un" Dieu, mais qui adhère à ce "Dieu au-delà des dieux", dont parlent Philon d'Alexandrie et ses successeurs…

On retrouve cette pratique de l'anamnèse chez les Thérapeutes de Todtmoos-Rütte, inspirés par Graf Dürckheim et Maria Hippius dans ce qu'ils ont appelé la "psychothérapie initiatique".

Au commencement de l'anamnèse dans ce type de thérapie, il ne s'agit pas de se remémorer seulement les traumatismes, les troubles ou les mémoires de notre petite enfance ou de notre vie adulte, il s'agit de se remémorer ces moments "numineux", pas toujours lumineux, où nous avons été touchés, par une autre dimension, une autre conscience, un tout autre Amour.

Faire mémoire des heures étoilées de notre existence n'enlève rien à l'épaisseur de notre nuit, mais cela nous rappelle que la lumière existe ; nous pouvons nous engager dans les différents tunnels de notre existence parce que nous savons déjà, nous l'avons déjà expérimenté dans ces moments d'ouverture en nous à "plus grand que nous", nous savons que l'issue n'est pas une illusion, un songe vain. Ce n'est pas le lieu ici de rappeler les occasions où peut se manifester la Présence de l'Être ou de l'"Ouvert" dans notre vie. Il s'agit simplement de rappeler la primauté du spirituel dans l'exercice de la thérapie chez ces anciens Thérapeutes. Il s'agit de prendre soin d'abord de "ce qui va bien" chez quelqu'un qui va mal, regarder en lui la santé avant la maladie, car c'est à partir de ce qui est sain que la guérison peut advenir.

Prendre soin de Dieu dans un être humain, c'est reconnaître sa part de liberté, ce qui demeure libre en lui à l'égard de sa maladie. Il "n'est pas" un cancer, il "a" un cancer, épreuve dont il peut faire une "occasion" *(kairos)* de croissance ou de découverte de dimensions de lui-même inconnues jusqu'alors. Cela ne fait pas l'économie de la souffrance, mais cela lui donne peut-être un sens, la pire souffrance étant celle à laquelle on ne peut pas donner de sens. La logothérapie de Viktor E. Frankl nous le rappelle aujourd'hui à la suite de Philon, c'est le Logos qui donne sens à toute vie et à toute expérience.

Prendre soin de l'Être infini dans un être humain fini et mortel, c'est le garder dans l'Ouvert, et cela dans le corps, le psychisme et l'intellect qu'il est. Cela suppose une anthropologie quaternelle et non dualiste qui est celle des anciens thérapeutes et qui peut être celle des thérapeutes d'aujourd'hui. *Soma*, *psyché*, *noùs*, informés, animés par le *pneuma* ; corps, âme, esprit, informés et animés par l'Esprit :

– La santé du corps, c'est la transparence de celui-ci ou sa transfiguration par la présence du Souffle saint *(Pneuma)*.

– La santé du psychisme *(Psyché)*, c'est l'ouverture du cœur par la générosité, à la compassion et à l'amour infinis.

– La santé de l'esprit *(Noùs)*, c'est l'éveil et l'humilité de l'intelligence ouverte à ce qui la transcende ; c'est "la Grande Santé" *(Soteria)* que les Thérapeutes du désert à la suite de Philon appelleront la *theosis* ou divinisation.

La douleur, le mal de vivre, la mort sont toujours là, mais ils sont "vus" dans la clarté de l'Être et de l'Esprit, "occasions" *(kairos)* et "passages" vers cet "obscur et lumineux silence[1]", Présence essentielle qui est notre véritable nature ouverte à ce que les anciens Thérapeutes appelaient non sans émerveillement *O Ôn – O Théos*.

Par ailleurs, l'étymologie du mot "anamnèse" est intéressante : *ana* en grec indique un mouvement de la mémoire *(mnésis)* du bas vers le haut *(ana)*.

On retrouve ce mouvement dans le mot analyse, délier, dissoudre *(lyse)* vers le haut *(ana)*. La psychanalyse serait dans ce cas une sorte de déliement vers le haut, libération de nos mémoires vers le haut.

1. Cf. Jean-Yves Leloup, *Un obscur et lumineux silence. La théologie mystique de Denys l'Aréopagite*, Albin Michel, 2013.

Un mot moins connu dans les milieux médicaux mais qui demeure fondamental dans la tradition chrétienne, c'est le mot *anastasis* qu'on traduit généralement par "résurrection" et qui veut dire littéralement "posé – reposé *(stasis)* dans la hauteur".

Que veut dire "vers le haut" ou "dans la hauteur" ?

Vers quelle expérience, ce symbole spatial peut-il nous conduire ? Vers le "haut" évoque une verticale, un sommet et bien sûr le ciel, l'espace, de la "vastitude", le plus haut désigne à la fois la limite et le hors-d'atteinte.

Le Très-haut ou le Très-bas, c'est toujours ce qui nous échappe, s'évade de notre prise ou emprise (préhension et compréhension), le hors-saisie : l'insaisissable, l'infiniment petit ou l'infiniment grand : l'infini.

Ainsi l'anamnèse dans son sens littéral ou essentiel serait une mémoire ou une remémoration de l'Insaisissable, qui "remonte" de l'inconscient vers la conscience, du plus caché vers la plus haute et la plus simple évidence : la présence de l'Être infini dans l'être fini que nous sommes, la présence de l'Infini se manifestant dans les moments numineux de notre histoire,

ces expériences ponctuelles qui à la fois nous fascinent (car il y a là pressentiment du Réel) et nous font peur (car il y a là remise en question de ce que nous prenons habituellement pour la réalité[1]).

L'anamnèse essentielle est l'Éveil de la conscience finie à la conscience infinie qui l'informe. C'est la Source qui remonte à la margelle du puits.

La pratique de la méditation, de l'invocation, de la respiration et autres supports de la remémoration, est la corde et le seau par lesquels on "remonte" l'eau de la source, lorsque celle-ci a cessé de jaillir à la surface.

"La vérité est au fond du puits" oubliée, encombrée.

La pratique c'est ce qui désencombre le mental (le puits) de toutes les mémoires ou pensées qui empêchent l'accès à la présence vivante de la vérité reconnue comme source de vie, de lumière et de don.

Ce n'est pas le bonheur que nous cherchons mais l'essence du bonheur. Le bonheur est périssable et c'est cela son malheur. La joie sans justification et le malheur sans consolation nous

1. Cf. Jean-Yves Leloup, *Manque et plénitude*, Albin Michel, 1994.

rapprochent de cette essence qui ne doit rien au temps qu'il fait ni au temps qu'il faut.

Comment être sensible à ce qui ne se sent pas ? Demeurer attentif à l'insaisissable ? Ne séparer aucune chose de son fond et de sa surface invisible ? Tel est le propos et la pratique de l'anamnèse essentielle.

Toucher le silence évident qui est avant toute pensée de bonheur ou de malheur, avant toute affirmation de sens ou d'absurdité à propos de notre existence.

Ce silence qui est avant toute image ou représentation de Dieu.

Ce silence qui nous sauve et qui nous juge avant que soit évoquée toute notion de jugement ou de salut. Toucher cet impalpable espace où s'affament et se rassasient nos inspirs et nos expirs, se souvenir de l'essence insubstantielle que nous sommes, notre liberté qui est avant toute issue et toute délivrance. Lumière insoumise, évidence tranquille et salvatrice, là, devant, derrière, entre, … nos yeux.

L'ÉVIDENCE DE L'INVISIBLE

Voir la lumière qui est là, devant nos yeux,
voir la lumière qui est là, derrière nos yeux,
c'est voir l'évidence,
l'évidence de l'invisible, de l'insaisissable.
Ce n'est pas être athée, ni croyant,
c'est être voyant,
éveillé.

Voir toutes choses qui apparaissent dans la lumière et toutes choses qui disparaissent dans la lumière,
c'est voir l'évidence,
l'évidence de l'impermanence, du transitoire ou du devenir.
Ce n'est pas être athée, ni croyant,
c'est être voyant,
éveillé.
Tout le monde n'est pas athée,
tout le monde n'est pas croyant,
tout le monde ouvre et ferme les yeux,
tous sont voyants, tous sont éveillés.

Voir la conscience qui est “là”, avant toute pensée
et au-delà ou après toute pensée,
c’est voir l’évidence,
c’est être conscient de la Conscience.
La conscience insaisissable,
être devant cette évidence,
c’est être ni athée ni croyant,
ni contre ni pour,
c’est être voyant,
éveillé.
Voir toutes pensées qui apparaissent dans la conscience et qui disparaissent dans son silence,
ce n’est pas être saint ou sage,
c’est simplement observer.
Tout le monde n’est pas saint.
Tout le monde n’est pas sage.
Tout le monde est observant,
l’attention suffit.

Éprouver la vie qui est là, avant l’inspir et après l’expir,
c’est éprouver l’évidence
l’évidence de la vie, invisible, insaisissable,
Source de tout ce qui est et respire.

Ce n’est pas être athée, ni croyant, c’est être sensible,

sensiblement éveillé.

Éprouver toutes les formes de vie qui apparaissent et qui disparaissent, tous les automnes et tous les printemps, c’est éprouver l’évidence, le mouvement présent, le flux et le reflux d’un océan vital.

Ce n’est pas être en bonne santé, ce n’est pas être malade, c’est être vivant,

éveillé.

Tout le monde n’est pas en bonne santé,

tout le monde n’est pas malade,

tout le monde est vivant.

Voir l’amour qui est “là”, avant d’être ému, (mis en mouvement), avant de désirer, avant d’aimer quelque chose ou quelqu’un de particulier,

voir l’amour qui est là, après et au-delà de toutes émotions, désirs ou amours particuliers,

C’est voir l’évidence.

L’évidence invisible, insaisissable, d’où apparaissent et où disparaissent toutes émotions, désirs et amours.

Ce n’est pas être croyant ou athée,

c’est être capable de bonté.

L'évidence invisible, insaisissable
de la lumière,
de la conscience,
de la vie,
de l'amour,
je n'ai pas à y croire ou à la rejeter,
je peux simplement m'y ouvrir et dans cette ouverture laisser être ce que je suis. Laisser être ce qui est là, depuis toujours et pour toujours.

– Si cet Insaisissable, je l'appelle l'Être, il n'en demeure pas moins insaisissable.

L'Être est son nom et n'est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l'appelle "Dieu", "Cela" ou "Il y a", il n'en demeure pas moins insaisissable.

"Dieu", "Cela", "Il y a", c'est son nom et ce n'est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l'aime, je l'appelle et je le tutoie, il n'en demeure pas moins insaisissable.

"Ô Toi", c'est son nom et ce n'est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l'appelle "Moi", "Je suis", il n'en demeure pas moins insaisissable.

"Moi", "Je suis", "Je", c'est son nom et ce n'est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l'appelle "nous", il n'en demeure pas moins insaisissable,

“Nous” c’est son nom et ce n’est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l’appelle “Tout”, il n’en demeure pas moins insaisissable.

“Tout” c’est son nom et ce n’est pas son nom.

– Si cet Insaisissable, je l’appelle l’insaisissable, je demeure silencieux, en présence de l’Être-là, qui est Tout, qui est Toi, qui est Nous, qui est Cela, il a tous les noms et aucun nom ne peut le nommer.

Ni croyant ni athée,
j’ouvre les yeux.

QUI EST “LÀ” ?

En écho au *là ilâha illa'Llah*, de la tradition soufie,

“Il n'y a pas de réalité si ce n'est la Réalité.”

“Il n'y a pas de dieu si ce n'est Dieu.”

Nous pouvons nous “remémorer sans cesse” comme dans le *dhikr*, le *japa yoga*, ou la prière du cœur, huit affirmations qui nous remettent en présence de l'Insaisissable, non manifesté et manifesté. Nous pouvons être “sensible” à une affirmation plutôt qu'à une autre. Ce choix indique notre mode de relation à l'unique Réel, plus ou moins abstrait, plus ou moins affectif, plus ou moins sensible. Les différentes traditions, apophatiques et cataphatiques, insistent sur le caractère impersonnel, personnel ou trans-personnel du Réel, autant de “climats” dans un Espace toujours ouvert.

Là, l'insaisissable est là
Partout et toujours là
Là, l'Être est là
Partout et toujours là
Là, Il est là

Partout et toujours là
Là, Tu es là
Partout et toujours là
Là, Je est là
Partout et toujours là
Là, nous sommes là
Partout et toujours là
Là, Tout est là
Partout et toujours là
Là, l'insaisissable est là
Partout et toujours là.

La remémoration ou la répétition fréquente de chacune de ces affirmations, nous introduit dans les différents climats de notre relation à l'Infini, l'infiniment proche et toujours inaccessible. Chaque climat est une béatitude particulière pour l'intellect, le cœur et les sens, rayons ou rayonnements diversifiés d'un unique soleil dont le centre demeure caché.

“LÀ, L’INSAISISSABLE EST LÀ.”

Cette première affirmation ouvre les yeux, l’intelligence et le cœur et place notre être là dans l’Ouvert. Il n’y a rien à saisir, à prendre, à comprendre.

Cesser de “saisir” une chose, une pensée, une représentation et l’Insaisissable est là. Il est partout et toujours là, seules nos saisies mentales, affectives ou sensibles voilent son libre accès.

Avant toute chose, c’est-à-dire, toute “saisie”, l’Insaisissable est là, qu’on l’appelle l’A-Être, l’A-Réel, le Possible, la possibilité d’Être. Il est avant l’Être, la Conscience, la Vie. Il est l’Origine de l’origine, l’Inconnu, l’Irreprésentable, l’Innommable, l’Absolu, le Rien, la Vacuité, l’Espace d’où l’Être et les étants sont apparus. Le “Non-lieu”, d’où émergent le réel et les réalités qui le manifestent.

“LÀ, L’ÊTRE EST LÀ.”

De cet Insaisissable, de cet abîme que certains appellent vacuité ou dieu, émerge de l’être ; du Réel non manifesté ou caché apparaît la Réalité première. Le Réel se révèle réalité, il se manifeste, il y a de l’être plutôt que rien, de l’Être est là. Différentes formes de réalité s’offrent à notre perception et à notre expérience (ce que ne nous offrait pas l’Insaisissable). La réalité de la vie, d’abord, l’être là est vivant, il respire, il est le vent dans les arbres, nul ne sait d’où il vient ni où il va mais il fait frémir toutes ses feuilles, il est le Souffle dans nos bronches. On ne sait d’où il vient ni où il va, mais il fait frémir toutes mes cellules.

L’Être est là, réalité de la vie, la vie nul ne l’a jamais vue, mais chaque corps l’incarne et l’interprète avec plus ou moins de perfection.

Là, l’Être, la Vie est là.

L’Être, c’est aussi la conscience d’Être, la conscience d’être vivant.

La conscience nul ne l’a jamais vue, mais chaque pensée l’atteste. La lumière nul ne l’a jamais

vue mais c'est elle qui nous fait voir toutes choses.

Nous sommes dans la Conscience sans le savoir, comme nous sommes dans la lumière sans la voir.

"Là, la lumière est là", il suffit d'ouvrir les yeux.

"Là, la conscience est là", il suffit d'être conscient d'être là.

Éprouver, penser et dire.

"Là, l'être est là", nous invite encore à une autre forme de contemplation. "L'Être là" n'est pas un être seulement statique, roc ou présence minérale, il est fleuve, mouvement.

Le "Mouvement présent".

Parménide et Héraclite ont tous les deux raison. L'Être est là, partout et toujours là. L'Être est aussi partout et toujours en mouvement. On ne se baigne pas deux fois dans le même fleuve, mais le fleuve reste un fleuve, on se baigne toujours dans de l'eau.

La Vie est là, la Conscience est là, mais cet Être, cette Vie, cette Conscience se donnent. "C'est un mouvement et c'est un repos" disait l'Évangile de Thomas.

C'est non manifesté et c'est manifesté, c'est inconnu et cela se fait connaître. "J'étais un trésor

caché et j'ai voulu être connu." Ce mouvement en soi et hors de soi, c'est ce qu'on appelle l'Amour. L'Être, la Vie, la Conscience se donnent.

La lumière se donne à voir, elle rayonne. Le rayonnement de la Vie, de la Lumière et de l'Amour, c'est ce que les anciens appelaient le Royaume de Dieu.

Là, l'Être est là.

Là, l'Être qui est Vie, Conscience, Amour est là,

Là, Il est là.

“LÀ, IL EST LÀ.”

Ce passage de l’Insaisissable à l’Être qui est Vie, Conscience et Amour ; Souffle, Lumière et Don, est le passage du non manifesté au manifesté, du Réel caché au Réel révélé. Que se passe-t-il quand cet Être est éprouvé, pensé, affirmé, comme un “Il” “là, Il est là”, qu’en est-il de cette “illéité” ?

Il s’agit toujours de la même réalité mais perçue dans un autre climat où semble s’intensifier sa Présence. Dans le Il, émerge la notion de Personne, l’Insaisissable, l’Être, entrant dans une nouvelle qualité de relation avec “l’être là”, qui l’invoque ou se le remémore.

L’anamnèse essentielle n’évoque plus seulement une essence, un acte d’être, une présence abyssale, mais aussi une présence proche qui semble altérer son intimité. Il y a de l’Autre dans l’Être, il y a du “Il”, y aurait-il quelqu’un ? Une personne ou Personne ? Se pose alors la question :

Qu’est-ce qu’une personne qui est vraiment personne ?

Quand je dis “je suis personne”, cela veut-il dire “je suis quelqu’un” ou “je ne suis rien” ? En hébreu, *ani* (je) = *ain* (rien).

L’ambiguïté du terme est passionnante et signifiante.

L’étymologie peut nous mettre sur la piste d’une expérience qui serait celle d’être une personne vraiment personne.

Per-sona. Ce à travers quoi le son passe (la voix de l’acteur, quand il s’agit d’un masque).

La personne humaine, n’est-ce pas un corps qui laisse passer la voix, le son de l’Être, un porte-parole ?

Notre humanité, notre personne est notre “laissez-passer” de l’Être, elle porte la parole de l’Être, c’est-à-dire l’information qui vient du Silence (cf. *le logos* de la tradition héraclitéenne et johannique).

Le mot “personne” nous conduit à cet étrange paradoxe existentiel. Pour être quelqu’un, il faut renoncer à être un soi-même solide (ou saisissable) qui empêcherait le passage de ce qu’on peut appeler la voix, la parole, l’information, la vie, qui viennent de l’Être insaisissable.

Pour être quelqu’un il faut être per-sonne.

On n’est jamais autant une personne que lorsqu’on est, personne.

D'autres langages ont tenté de dire cela : renoncer à l'ego pour être Soi. La fin ou l'ouverture du petit moi est l'avènement du grand Soi.

La petite personne, le petit moi, doit s'effacer ou s'ouvrir à la grande personne : personne.

Une personne qui est vraiment, personne, ainsi est Dieu, à travers son être. Par ses qualités, ses attributs se manifestent l'inqualifiable, sans attributs, le non-manifesté, que nous appelons l'infini, l'insaisissable.

Ainsi est la personne humaine "à son image et à sa ressemblance".

À travers son être, ses qualités, ses attributs, corps, organes, pensées, etc. se manifestent, se disent ou se parlent le Réel infini et insaisissable, invisiblement présent en cette personne et en tout ce qui se vit et respire.

En écho avec les textes bibliques et évangéliques qui l'ont précédé et qui l'inspirent, le Coran développe particulièrement cette Présence du "Il" "Ô Lui".

"Il est le premier et le dernier, l'extérieur et l'intérieur[1]."

1. Coran, LXII, 3.

“Où que vous tourniez, là est la face de Dieu[1]” (la face et non l’essence, l’Être et non l’Insaisissable).

“Toute chose périt sauf Sa face[2].”

“Tout passe et il ne reste que la face de ton Seigneur[3].”

“Là ilâha illa’Llah”, “il n’y a pas de Dieu si ce n’est Dieu”, “il n’y a pas de réalité si ce n’est la Réalité.” Dire là, Il est là, peut être considéré par tout “observant” ou “observateur” du Réel, comme *shahâda*, témoignage de sa foi ou de son éveil.

1. Coran, II, 112.
2. Coran, XXVIII, 88.
3. Coran, LV, 26-27.

“LÀ, TU ES LÀ.”

L’Insaisissable s’est fait connaître comme réalité première, cause, principe de toute réalité, l’Être se donne comme présence, manifestation, “face” tournée vers les humains capables de vie, de conscience et d’amour qui le reconnaissent comme la Source de leur être et de tout être. “Là, Il est là”, en tout et en tous, il rayonne à l’intérieur et à l’extérieur, “Il” est sujet, “Il” est objet, “Il” est la relation du sujet et de l’objet, Il est le connaissant, le connu et la connaissance. Les trois sont un, Il est le singulier et le pluriel, la partie et le tout, et l’au-delà de la partie et du tout. Que dire de plus sinon Il est ce qu’il est : “Ô Lui”.

Ce qu’on peut dire de plus, c’est “Ô Toi”.

“Ô Toi”, l’au-delà de tout, au plus intérieur et au plus présent de tout.

“Là, tu es là.”

Avec ce toi et ce tu, notre unité devient union, l’un se différencie pour s’unir dans une plus haute conscience, cette conscience d’“être avec”, d’“être un avec” qu’on appelle l’Amour. Cette unité

assume toute altérité et dualité et ne rejette rien en dehors d'elle-même.

Éprouver, penser et dire "là, Tu es là", nous fait entrer dans une relation intime avec la réalité sous toutes ses formes. C'est la rencontre de l'autre non comme un *"aliud"* mais comme un "alter". L'autre de nous-même n'est pas autre que nous-même, de la même façon que dans la théologie chrétienne, le fils n'est pas autre que le Père, pas d'autre que Lui, mais il est l'autre du Père, l'autre de Dieu. Il ne faut pas confondre l'alter (symbole de cette partie de nous-mêmes qui nous est inconnue) et l'*aliud* (cette partie de nous-mêmes étrangère à nous et qui nous aliène).

Dieu est un alter, pas un *aliud*. Lui dire "Tu" ce n'est pas se séparer de Lui, c'est découvrir au contraire l'unité qui nous relie à Lui.

Avec ce "Tu", nous passons d'une vision de Dieu comme Être ou substance, à une expérience de Dieu comme Relation, ce qui s'est "révélé" à l'esprit descend dans le cœur.

D'un point de vue existentiel cela peut opérer en nous de grands changements, c'est autre chose d'éprouver la Présence de l'Être ou de l'Insaisissable, comme un "Il", dans telle ou telle chose ou personne, ou de l'éprouver comme un

Tu, un Toi qui est là, dans cette chose ou dans cette personne.

Là, où l'esprit nous garde dans une certaine distance avec l'Être partout et toujours présent, le cœur nous place dans une proximité avec Lui, plus brûlante et sans doute parfois insupportable.

Si "Tu" est là, dans ce pauvre et ce lépreux, et si "Je" le reconnais là, et s'il me reconnaît, comment ne pas lui donner les soins et la chemise dont il a besoin ; c'est exactement ce qui est arrivé à François d'Assise lorsqu'il reconnut dans un lépreux que sa sensibilité exquise de chevalier avait en horreur, la Présence même du Christ.

"Là, tu es là", il dut alors se dépasser lui-même, sa raison et sa sensibilité, pour "être un avec" ce qui lui faisait le plus peur et lui inspirait le plus grand dégoût.

Lorsque la non-dualité *(advaita)* touche le cœur, elle peut faire accomplir des prodiges et nous faire goûter cette "non-peur" ou ce "non-mental" dont on se contente généralement de discourir.

"Là, Tu es là."

Vie de toutes vies, conscience de toutes consciences, amour de tout amour, "là, Tu es là", au cœur de toute souffrance comme de toute joie, de toute espérance comme de tout désespoir. Je

te trouve là où je te cherchais et là où je ne te cherchais pas.

"Tu" est toujours et partout présent. Y aurait-il un seul lieu où l'Être, la Vie, la Conscience ne seraient pas ?

"Tu étais là et je ne le savais pas."

L'exil est toujours un manque d'attention ; l'ignorance et l'oubli, un refus d'attention.

Pas de "je" sans "Toi", pas de "Toi" sans "moi", l'Être se révèle à Moïse non seulement comme je suis/je serai *(Eyeh asher eyeh)* mais comme je suis/je serai avec toi[1].

"Là, tu es là", toute ma foi et toute ma méditation c'est de te découvrir chaque jour un peu plus proche, "plus moi que moi-même et tout autre (alter) que moi-même".

"Moi en vous et vous en moi, disait Yeshoua à ses disciples, comme Moi et le Père nous sommes Un."

L'absolu demeure toujours l'insaisissable, l'être transcendant, mais à travers ce "tutoiement" il devient l'ami, le bien-aimé. Le langage du cœur et de la poésie l'emporte sur celui de la métaphysique et de la philosophie. C'est le Cantique des

1. Ex, 3, 12.

Cantiques, c'est aussi le langage d'Ibn 'Arabî et de tous les vrais contemplatifs qui n'oppose pas hautes spéculations de l'esprit et tendres effusions du cœur :

Écoute, Ô bien-aimé !
Je suis la Réalité du monde,
Le centre et la circonférence,
J'en suis les parties et le tout.
Je suis la Volonté établie entre le ciel et la terre,
Je n'ai créé en toi la perception
Que pour être l'objet de Ma perception.
Si donc tu Me perçois, tu te perçois toi-même
Mais tu ne saurais Me percevoir à travers toi.
C'est par Mon œil que tu Me vois et que tu te vois,
Ce n'est pas par ton œil que tu peux Me concevoir.

Bien-aimé,
Tant de fois T'ai-je appelé,
Et tu ne M'as pas entendu !
Tant de fois Me suis-je à toi montré,
Et tu ne M'as pas vu !
Tant de fois Me suis-je fait doux effluves,
Et tu n'as pas senti,
Nourriture savoureuse

Et tu n'as pas goûté.
Pourquoi ne peux-tu M'atteindre
À travers les objets que tu palpes ?
Ou Me respirer à travers les senteurs ?
Pourquoi ne Me vois-tu pas ?
Pourquoi ne M'entends-tu pas ?
Pourquoi ? Pourquoi ? Pourquoi ?
Pour toi Mes délices surpassent
Tous les autres délices,
Et le plaisir que je te procure
Dépasse tous les autres plaisirs.
Pour toi Je suis préférable
À tous les autres biens.
Je suis la Beauté,
Je suis la Grâce,
Bien-aimé, aime-Moi,
Aime-Moi seul, aime-Moi d'amour.
Nul n'est plus intime que Moi.
Les autres t'aiment pour eux-mêmes :
Moi, Je t'aime pour toi,
Et toi, tu t'enfuis loin de Moi.

Bien-aimé,
Tu ne peux Me traiter avec équité,
Car si tu te rapproches de Moi
C'est parce que Je me suis rapproché de toi.

Je suis plus près de toi que toi-même,
Que ton âme, que ton souffle.

Bien-aimé, allons vers l'union…
Allons la main dans la main,
Entrons en la présence de la Vérité,
Qu'elle soit notre juge
Et imprime son sceau sur Notre union
À jamais[1].

1. Ibn 'Arabî, traduction de Osman Yahia in *Anthologie du soufisme*, Eva de Vitray-Meyerovitch, éd. Albin Michel, 1995, p. 46.

“LÀ, JE EST LÀ.”

Ramana Maharshi, s’il parlait du Soi comme d’un “Père” qu’il allait rejoindre sur la montagne d’Arunachala et s’il l’invoquait dans ses prières comme un “Il” ou un Toi, c’est surtout en tant que “Je” – “Je suis” qu’Il invitait ses disciples à Le découvrir comme infini Réel.

La meilleure méthode pour réaliser en nous la Présence de “là, je suis est là” est l’attention au Soi par la question : “qui suis-je ?”

“Qui suis-je ?”

Je ne suis pas ce corps physique, constitué des sept éléments subtils *(dhâtu)*, ni les cinq organes de perception sensorielle, c’est-à-dire l’oreille, l’œil, la langue, le nez et la peau, et leurs fonctions correspondantes : l’ouïe, la vue, le goût, l’odorat et le toucher. Je ne suis pas les cinq organes d’activité, c’est-à-dire les organes vocaux, les mains et les pieds, l’organe de procréation et l’anus, et leurs fonctions respectives : le langage, les mouvements

du corps physique, la jouissance et l'excrétion. Je ne suis pas les cinq forces vitales, le *prâna*, etc. qui permettent d'accomplir leurs fonctions correspondantes. Même l'esprit pensant, je ne le suis pas ; et pas non plus cet état d'ignorance dans lequel ne se trouvent que les impressions des objets, et non les objets eux-mêmes et leurs fonctions.

Si je ne suis rien de cela, qui suis-je alors ?

Après avoir rejeté tout ce qui a été mentionné ci-dessus comme n'étant "ni ceci ni cela", cette pure Conscience qui seule demeure – "Cela je suis[1]."

À ces paroles de Ramana Maharshi, on pourrait joindre celles de Çankara auxquelles il fait souvent référence :

"Je suis Dieu, Je suis,

Je ne suis ni l'esprit, ni l'intellect, ni la pensée, ni le sens du moi.

Je ne suis ni l'ouïe, ni le goût, ni l'odorat, ni la vue,

1. *Qui suis-je ? Les enseignements de Sri Ramana Maharshi*, Sri Ramanasramam Tiruvannamalai, 2008, p. 1-2.

Je ne suis ni l'espace, ni la terre, ni le feu, ni l'air,
Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis.

Je ne suis pas le souffle vital ni les cinq vents *(pânca vâyuh)*,
Je ne suis ni les sept composantes du corps ni les cinq fourreaux,
Je ne suis pas les cinq organes d'action,
Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis.

Je ne possède aucune aversion, aucune attirance, nulle avidité, nul égarement,
Je n'éprouve ni orgueil ni envie,
Je n'ai pas d'obligations, pas d'intérêts, pas de désirs, pas d'affranchissements à souhaiter,
Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis.

Pour moi n'existent ni les bonnes actions, ni les souillures, ni le plaisir, ni la souffrance,
Point non plus n'existent les incantations rituelles, les lieux saints, les védas ou l'acte sacrificiel,
Je ne suis ni la jouissance, ni ce dont on peut jouir, ni non plus l'agent de la jouissance,

Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis.

Je ne connais ni la mort, ni le doute, ni les distinctions de caste,
Point de père, ni de mère,
Je n'ai jamais pris naissance,
Je n'ai aucun ami, aucun parent,
Point de maître, point de disciple,
Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis.

Je suis sans déterminant, sans forme,
Par mon ubiquité, je ne suis pas sans relation avec tous les organes des sens.
Je ne connais ni l'affranchissement ni la servitude,
Je suis Intelligence et Félicité pures,
Je suis Çiva, Je suis[1]."

Ramana Maharshi précisera aux chercheurs de vérité venus de l'Occident : "Tout le Vedânta est contenu dans deux passages de la Bible, « Je suis

1. Cf. Nirvanashatkari, Çankara, *L'Évangile de Jean*, Jean-Yves Leloup, Albin Michel, 1989, p. 335-336.

Celui qui suis » et « reste tranquille et sache que Je suis Dieu[1] ».”

Et quand on demandait à Nisargadatta comment parvenir à la réalisation de ce “Je suis” il répondait :

“Attachez-vous à la sensation « Je suis » à l’exclusion de toute autre chose. Quand le mental devient complètement silencieux, il brille d’une nouvelle lumière et il vibre de nouvelles connaissances. Cela vient tout à fait spontanément, vous n’avez qu’à vous attacher à « Je suis ». C’est comme sortir du sommeil ou d’une extase et de se sentir reposé, sans savoir cependant pourquoi et comment on se sent si bien. De même, dans la réalisation, vous vous sentez complet, achevé, libéré du complexe désir-peur, sans être toujours à même d’expliquer ce qui est arrivé, pourquoi et comment. Vous ne pouvez exprimer cet état que négativement : rien ne va mal en soi. Ce n’est que par comparaison avec le passé que vous savez en être sorti.

Autrement, vous n’êtes que vous-même[2].”

1. Cf. *L’Enseignement de Ramana Maharshi*, Albin Michel, 2005, p. 119.
2. Sri Nisargadatta Maharaj, *Je suis*, Les Deux Océans, 1982, p. 29.

Vous n'êtes que la réalité qui est là et qui se manifeste et s'incarne dans votre "Je suis[1]".

Ramana Maharshi nous rappelle sans cesse que nous sommes "Je suis", "là, Je est là", nous n'avons pas à le chercher, "là, il est là", "je suis le Soi". L'Être qui est Vie infinie, pure Conscience, Amour et Joie inconditionnelle, rien ni personne ne peut m'en séparer. "Je suis la réalité". Que puis-je être d'autre ? Tout ce qui est autre que la réalité est inexistant, mensonge, illusion, irréel.

Alors pourquoi ne suis-je pas ce que je suis ? Pourquoi ne suis-je pas le Soi ; Être/Vie – Conscience/Lumière – Amour/Béatitude.

Dire, je ne suis pas ce que je suis, je ne suis pas le Soi, c'est cela l'ignorance, c'est cela l'illusion. Et cette illusion, cette ignorance n'est que le fruit de mes habitudes mentales, de mes représentations où je m'imagine séparé du Soi, séparé du Réel.

Dans la langue chrétienne, on dira : je suis la réalité, la manifestation, l'incarnation du Réel. Je suis le Fils (réalité) du Père (Réel).

1. Pour de plus amples développements et une approche contemporaine de ce thème, cf. Jean-Yves Leloup, *Qui est "je suis"*, Le Relié, 2009.

La conscience que “le Père et moi nous sommes Un”, c’est ce qu’on appelle l’Esprit Saint.

L’absence de l’Esprit, l’absence de cette conscience de l’unité en moi, du Père et du Fils, du Réel et de la réalité, du moi et du Soi, c’est ce qu’on appelle l’ignorance ou le péché originel, l’origine de la séparation entre Dieu et l’homme, entre le Réel et la réalité et toutes les dualités qui s’ensuivent. Retrouver notre conscience de l’unité, “le Père et moi nous sommes un”, c’est retrouver notre Esprit Saint, c’est sortir de l’ignorance, qu’on appelle encore le mauvais esprit ou le *shatan*, le menteur père du mensonge, le mental qui me sépare du Soi qui est Conscience pure, Vie éternelle, Amour/Béatitude infinies.

L’expérience du Soi, “Je suis qui je suis” est pour le chrétien une *christophanie*. Dans l’Esprit Saint, il reçoit l’onction (d’où viennent le mot *messiah* et sa traduction grecque *christos*) c’est-à-dire la conscience d’Être Je suis, le Fils du Père, distinct et différencié du Père par sa finitude et par sa forme ; “le Père est plus grand que moi” et “un avec Lui” par son essence sans forme et sans fin.

Dire avec Paul de Tarse “Ce n’est plus moi qui vis c’est le Christ qui vit en moi”,

C'est réaliser en soi l'archétype de la synthèse, le "Je suis" du Christ.

La réalité de l'homme est christomorphe.

Je suis fini et infini, je suis dans le temps et l'éternel.

Je suis le Réel et la réalité.

Je suis le visible et l'invisible.

"Là, je suis là."

"Là, je est là."

"Je suis est dans le Père et le Père est en moi."

Ô joie, Ô lumière, Ô amour,
ni l'un, ni le deux, ni l'entre-deux : le trois,
et l'un et le deux, et l'entre-deux, Ô trois.

Plus encore que "Je suis cela" :

Le Soi, Être, Conscience, Béatitude *(Sat cit ananda)*

"Je suis Lui."

"Je suis Toi."

"Je suis Celui que j'aime et Celui que j'aime est moi[1]."

1. Hallaj, *Anthologie du soufisme*, *op. cit.*, p. 338.

Ghazali parle d'Hallaj et de Bistami comme d'enivrés du Réel, lorsqu'ils proclament "je suis la Réalité suprême, je suis la vérité, *Ana'l Haqq*".

"Gloire à moi (Je suis). Combien grande est ma gloire", "sous ces habits il n'y a que Allah", l'infini Réel.

Ces paroles qui en contexte oriental sont considérées comme paroles de réalisation ultime, et attirent sur ceux qui les prononcent en vérité, respect et vénération, en contexte monothéiste seront considérées comme blasphèmes et conduiront ceux qui les prononcent à la crucifixion. Ce qui fut le cas pour Hallaj comme pour le Christ. Et pourtant tout homme peut dire : "je suis la réalité", puisqu'il ne peut pas être autre chose.

"Je suis le Soi" puisqu'il n'y a rien d'autre que le Soi.

"Avant qu'Abraham fût « Je suis »" puisque "je suis" n'est pas dans le temps, c'est notre inscription dans l'Éternel. Mais ce "Je suis", chacun l'éprouve selon l'intensité de sa conscience, dans la mesure où son esprit est purifié de toutes représentations et concepts, ou dans le langage du christianisme, selon la grâce et le don du Saint-Esprit.

"Il vous enseignera toutes choses et vous conduira à la vérité (à la réalisation) tout entière.

Vous découvrirez alors que là où « Je suis » vous êtes aussi, « Je suis » est dans le Père, le Père est en « Je suis » et « Je suis » est en vous[1]."

1. Cf. Jean, XVII.

“LÀ, NOUS SOMMES LÀ.”

Plus je descends dans les profondeurs de “je suis là”, plus je découvre que ce “je” est un nous. “Je” n’existe pas séparément de tout ce qui m’entoure. Mon code génétique garde la mémoire de multiples rencontres, je ne suis pas sans l’air que je respire, sans le soleil qui m’éclaire et me réchauffe, sans la terre qui me nourrit et sans les autres que je peux appeler mes frères, mes amis ou mes ennemis. En tout cas je n’existe pas sans père et sans mère. Cette conscience du “nous” est une étape importante de notre introspection et de notre évolution ; cela a des conséquences éthiques et écologiques, le moindre de mes actes interagit avec la société humaine dans laquelle “je suis”.

Depuis 1950 nous serions entrés dans ce que paléontologues et scientifiques appellent l’anthropocène, par son action et sa technologie, l’homme est devenu une force capable de modifier la géologie, le climat et le devenir de la planète.

“En un laps de temps très court, l’intervention de la technologie a multiplié considérablement l’action de l’homme, bien au-delà du seuil déterminé par ses facultés biologiques. Les normes de l’évolution des espèces s’en sont trouvées bouleversées. L’humanité est donc confrontée aujourd’hui à un fait unique dans les cycles de la vie tels que notre planète les a connus. Pour la première fois, le comportement d’une espèce a endommagé la biosphère, qui est la matrice de l’existence terrestre, mettant donc en danger sa propre survie et celle de toutes les autres espèces partageant ce même milieu[1].”

La conscience d’appartenir à ce “grand nous” devrait nous éveiller au sens de notre “responsabilité universelle”. Nous sommes “physiquement” “responsables de tout et pour tous”, disait déjà Dostoïevski, conscient à sa façon de l’interdépendance de toutes choses et plus particulièrement des êtres humains.

Le dalaï-lama précise que sa contribution à l’humanité s’est toujours fondée sur la sagesse,

1. Le dalaï-lama avec Sofia Stril-Rever, *Nouvelle Réalité*, Les Arènes, 2016, p. 122.

“qui enseigne que nous faisons tous partie intégrante d’un même corps. Vouloir détruire autrui n’a pas de sens, c’est comme demander à la main droite de couper la main gauche. Ce n’est pas moins absurde. Dès l’instant où nous réalisons que nos destins sont mutuellement dépendants, nous prenons la responsabilité du bien-être d’autrui comme du nôtre[1].”

Cette conscience d’appartenir à un seul corps, le corps de l’humanité, est déjà présente chez les stoïciens et devient particulièrement explicite dans le christianisme :

“De même, en effet, que le corps est un, tout en ayant plusieurs membres, et que tous les membres du corps, en dépit de leur pluralité, ne forment qu’un seul corps, ainsi en est-il du Christ. Aussi bien est-ce en un seul Esprit que nous tous avons été baptisés en un seul corps, Juifs ou Grecs, esclaves ou hommes libres, et tous nous avons été abreuvés d’un seul Esprit.

Aussi bien le corps n’est-il pas un seul membre, mais plusieurs. Si le pied disait : « Parce que je ne

1. *Idem*, p. 135-136.

suis pas la main, je ne suis pas du corps », il n'en serait pas moins du corps pour cela. Et si l'oreille disait : « Parce que je ne suis pas l'œil, je ne suis pas du corps », elle n'en serait pas moins du corps pour cela. Si tout le corps était œil, où serait l'ouïe ? Si tout était oreille, où serait l'odorat ?

Mais, de fait, Dieu a placé les membres, et chacun d'eux dans le corps, selon qu'Il a voulu. Si le tout était un seul membre, où serait le corps ? Mais, de fait, il y a plusieurs membres, et cependant un seul corps. L'œil ne peut donc dire à la main : « Je n'ai pas besoin de toi », ni la tête à son tour dire aux pieds : « Je n'ai pas besoin de vous[1] »."

On comprend mieux alors la parole du Christ : "Tout ce que vous faites au plus petit d'entre les miens, c'est à « Je suis » que vous le faites." C'est à mon corps social et à mon corps cosmique que vous le faites, à "Je suis" qui est là, en tout et en tous, à "Je suis" qui est : "Nous sommes."

Nous sommes en interrelations incessantes, nous ne sommes jamais isolés les uns des autres, "nul n'est une île".

1. I Corinthiens, XII, 12-22.

Dans la prière et la méditation qui nous relie intimement à la Source, cette Source se révèle comme étant "notre Source". La source commune de la Vie, de la Conscience et de l'Amour, pour tout ce qui vit, respire et demeure, capable de conscience et d'amour.

Yeshoua appelle cette Source/Une : "notre Père" et il parle de "son Dieu" comme étant "notre Dieu" (cf. les paroles de Yeshoua à Myriam de Magdala, le matin de la résurrection : "Je monte vers « mon » Père et « votre » Père".) Le Père qui est "Ciel" c'est-à-dire Espace, Évidence de la lumière qui est entre nous, entre tout, qui nous informe et nous contient.

"Là, nous sommes là", être conscients de ce "grand nous", c'est être aussi Sa présence, et agir sur la qualité de cette présence, c'est agir sur la qualité de l'ensemble que nous constituons. Il n'y a pas de gestes qui n'aient quelque conséquence, nos pensées polluent ou éclairent l'univers, nos sentiments, nos émotions peuvent changer le "climat" qui est à la fois psychique et physique. Que ce soit dans le langage de la physique, de la sociologie, de l'écologie ou de la spiritualité, on n'échappe pas au rappel de notre interdépendance et des conséquences du moindre de nos actes.

“On ne peut pas soulever un brin d’herbe sans déranger une étoile.” Ce n’est plus pour nous aujourd’hui de la poésie ou de la mystique, c’est de la physique.

Pour deux particules qui sont entrées en contact, toute mesure sur l’une affecte l’autre, quelle que soit la distance les séparant (même des années-lumière).

Qu’en est-il alors de deux corps ou de deux esprits qui sont entrés en contact ? Ils demeurent inséparables à jamais, selon la loi de non-localité et de non-séparabilité que découvre la physique contemporaine.

Ce sont de toutes ces observations et découvertes que découle notre responsabilité universelle.

Là, où je suis, je suis en interdépendance avec tout ce qui existe, je suis avec toi, je ne peux pas être sans toi.

“Là, nous sommes là”, pour le pire et pour le meilleur. “Tout homme qui s’élève, élève le monde.” “Tout homme qui se pervertit, pervertit le monde.” “Se transformer soi-même, c’est transformer le monde.” Ces paroles de la sagesse traditionnelle sont toujours d’actualité. Prendre soin du meilleur en soi-même, c’est prendre soin du meilleur en tout et en tous.

À chacun, une parcelle d'univers a été confiée ; cultiver sa vigne, arroser son jardin, respecter son corps et son esprit comme le corps et l'esprit de tous, c'est nous souvenir que “nous” est partout et toujours là. Nous ne serons jamais séparés de nous. Par nous, entre nous, avec nous, “là, tout est là”.

PHÉNOMÉNOLOGIE ET ONTOLOGIE DU “NOUS”

La crainte de la phénoménologie c’est de devenir ontologie.

Des phénomènes, des expériences, apparaissent dans la conscience. Comment ne pas faire de ces phénomènes, des choses, des objets, des réalités “objectives”, des fixations ou des solidifications de ce flux, de ce champ d’énergies et d’informations qui émergent de la conscience et qui sont eux-mêmes conscience.

L’oiseau qui apparaît dans ma conscience n’est-il qu’une construction de ma conscience ?

Dans un autre regard, par exemple le regard d’un autre oiseau, il apparaîtra sans doute bien différemment. Le phénomène, l’expérience “oiseau”, de toute évidence n’est pas la même. Il n’y a pas d’oiseau, oiseau est le nom que je donne à la forme qui bat des ailes et s’agite devant moi, ou à la forme qui me regarde de son petit œil rond, perçant ou terrifié. Peut-être que l’oiseau et celui qui le contemple émergent tous les deux, dans l’instant de leur rencontre, d’une unique

conscience ? Le sujet et l'objet ne sont pas séparés, ils participent ensemble d'une même Réalité/Conscience, qui les unit et les différencie.

Phénoménologiquement, il y a moi et l'oiseau, un sujet connaissant et un objet connu (identifié comme oiseau). Ontologiquement, il n'y a ni moi ni oiseau mais l'expérience, la réalité/une qui se rencontre ou s'interrelie sous la forme de l'homme et de l'oiseau.

Phénoménologiquement, il y a phénomène et expérience, ontologiquement, il n'y a que "nous", notre rencontre qui est interaction entre l'Être, l'Autre et l'Entre.

"Ce qui est vécu" et "ce qui est", pourquoi faudrait-il les opposer ? Phénoménologie et ontologie sont deux discours *(logies)* sur ce dont on ne peut rien dire, pourquoi faudrait-il que le logos soit le "logis" de l'Être ?

"Là, nous sommes là."

Le Réel est "nous"

L'être – l'autre – l'entre

Moi – Toi et l'Entre nous

Je suis – Tu es et ce qui est entre nous, entre tout, demeure

C'est ce qui nous permet à toi et à moi de dire "nous sommes".

"Là, nous sommes là."
Où est "je" sans "toi" ? Où est "toi" sans "je" ?
Où est Dieu sans l'homme ? Où est l'homme sans Dieu ?
Il n'y a que Dieu et l'homme ensemble
Il n'y a que Moi et Toi ensemble
Il n'y a que nous.

Le Christ comme archétype de la synthèse est le "Nous" du divin et de l'humain.

La phénoménologie n'a pas à craindre l'ontologie, l'expérience se révèle comme étant l'être même de l'interrelation. L'ontologie n'a pas à craindre la phénoménologie, l'être ne se connaît que dans l'expérience de l'interrelation. La relation est à la fois être et phénomène.

"L'un-trois" des anciennes théologies tente de dire le Réel vécu comme relation. Relation du Père (l'Être non-manifesté), et du Fils (le manifesté, le phénomène) dans l'Esprit (entre-deux) qui les unit et les différencie, la Conscience qui tient ensemble le Silence et la parole, le Non-manifesté et le manifesté, l'implicite et l'explicite, dirait David Bohm.

L'observateur, l'observé et l'observation sont une seule Réalité/Conscience. Les trois sont

un sans-mélange et l'un est le trois sans séparation

"Là nous sommes là" un, deux, trois.

ELOHIM,
UN “NOUS” ET UN “NOM” DIVIN

“Nous” est aussi un nom divin : Elohim.

C’est le nom du créateur dont il est question dès la première ligne du livre de la Genèse *“Bereshit Bara Elohim”* que nous traduisons généralement : “Au commencement Dieu créa…”

Or Elohim est un pluriel. Le nom El, au pluriel et ce n’est pas un pluriel de majesté.

Au commencement, il y a un “nous” qui parle, “faisons” l’homme à notre image, “mâle et femelle il les créa”.

“Au commencement”, la “cause première” de tout ce qui existe est une “cause plurielle”, le monde naît de l’interdépendance de champs d’énergies et d’informations que les auteurs de la Genèse appellent “Elohim”.

Le mâle et la femelle, l’homme et la femme sont une image de Dieu, un “petit nous” à l’image du “grand nous” !

Ce n’est pas l’individu homme ou femme, ou une de leurs facultés qui est l’image de Dieu, c’est leur relation qui implique différence et unité.

Si cette relation s'accomplit heureusement dans la beauté, la bonté et la vérité d'une alliance, l'image accède à la plénitude de la ressemblance…

On ne devient pas Dieu tout seul, comme on n'est pas "complètement" heureux tout seul, tant qu'un seul être souffre je ne peux pas être totalement heureux.

Si on ne veut pas devenir Dieu, on peut devenir deux et demeurer dans cette dualité. Pour devenir Dieu, l'Un, l'Unique, il faut être trois. Il faut que le Saint Amour (le Saint-Esprit) soit présent entre l'homme et la femme. L'humain sort alors de la dualité, ou plutôt il l'assume et la dépasse, en reconnaissant le troisième (le tiers inclus) qui rend possible l'alliance.

Le Réel est "entre" un moi et un toi, qui fait des deux un "nous" et nous rend féconds, à l'image et à la ressemblance d'Elohim.

“LÀ, TOUT EST LÀ.”

Quand on demanda à Thérèse de Lisieux de “choisir” parmi les dons de Dieu, celui qu’elle voulait garder, honorer et vivre plus particulièrement, elle répondit : “Je choisis tout.”

Cela décrit un état de non-dualité avec la vie et avec tout ce qui pouvait se présenter à elle. La joie, la tristesse, la maladie, la santé, le bonheur, le malheur ; comme la bien-aimée du Cantique des Cantiques, elle pouvait dire : “Viens borée, viens simoun”, souffle sur mon “jardin[1]”, vent chaud, vent froid peu m’importe c’est le Souffle de la vie, que tu me fasses chaud, que tu me fasses froid, tout est Ta présence.

Dieu ne peut pas être ailleurs que partout. Comment ne l’accueillerais-je pas alors sous tous ses modes, paisibles ou terrifiants. Pour elle comme pour Paul de Tarse, le Christ est “la plénitude de celui qui remplit tout en tous[2]”.

1. Cantique des cantiques, III, 16.
2. Cf. Col I, 17-25.

“Sine ipso nihil.” “Sans lui, rien[1].”

Thérèse rejoint ici ce que disent les grandes traditions de l’Orient dans la *Chandogya Upanishad* : il y est dit sans cesse comme un refrain que “tout est brahman”, *Tat tvam Asi*, “Tu es cela”. Le Réel infini est un et sans second.

C’est ce que disait également Seng-ts’an, le troisième patriarche du chan : “Toutes les formes de dualisme sont des perceptions erronées ou limitées du mental, des illusions. Lorsque le dualisme disparaît, l’unité aussi disparaît.”

“Pas deux” ne signifie pas un. L’unité pure serait elle-même dualiste puisqu’elle exclut son opposé : la multiplicité.

Le Un, unique s’oppose au multiple, au pluriel, tandis que l’expérience de l’infini les englobe tous les deux.

“Un sans second” signifie un sans opposé ; seul l’infini est sans opposé, le monisme s’oppose au dualisme, il s’agit d’une réduction à l’un qui ne respecte pas la diversité et les différences.

Dire “je choisis tout” ce n’est pas faire du tout un magma indifférencié, saisir le serpent comme s’il était une rose, vénérer le criminel comme s’il

1. Jean I, 1-10.

était un saint, il ne s'agit pas de cela, mais de reconnaître la vie une, le *logos* qui relie toutes choses, rien n'est séparé.

"Quand vous ferez le deux un et que vous ferez l'intérieur comme l'extérieur, le haut comme le bas, lorsque vous ferez du masculin et du féminin un unique… alors vous entrerez dans le Royaume[1]", c'est-à-dire dans la conscience de l'infini amour qui relie toutes choses sans les mélanger et les différencie sans les opposer.

Je choisis d'aimer tout, car tout peut être occasion d'amour et de conscience, occasion de gratitude et de reconnaissance. "Tout est grâce."

– "Sans rien qui cesse ou se produise,
sans rien qui soit anéanti ou qui soit éternel,
sans unité ou diversité,
sans arrivée ni départ[2]."
Tout apparaît sans cesse, "grâce sur grâce",
ni hasard, ni nécessité,
pure grâce, gratuité,
infinie liberté.
"Apaisement, béni
celui qui nous l'a enseigné, l'éveillé parfait,

1. Évangile selon Thomas, log 11.
2. Cf. Nagarjuna Mula, *Madhyamaka Karikas*.

le meilleur des instructeurs,

je Le salue[1]."

"Là, tout est là."

"Il ne peut être nommé vide ou non vide, ni les deux, ni aucun des deux[2]", chacun de nous ne faisant qu'un avec le tout, on ne peut pas l'atteindre, ni le définir. Certains philosophes contemporains comme Wittgenstein ont eu l'intuition extrêmement logique et rigoureuse de cela.

Nous ne pouvons faire de commentaires valables au sujet de la Réalité dans son ensemble, car il n'existe aucun lieu en dehors d'elle où nous puissions trouver une phrase susceptible de la décrire : "Nous ne pouvons faire de commentaires relatifs à la réalité dans son ensemble que si nous parvenons à sortir de cette réalité, c'est-à-dire si cette réalité cessait pour nous d'être tout. Mais pour nous, il ne peut y avoir de limites puisqu'il n'existe rien en dehors d'elle[3]…"

La sagesse, en effet, "remplit l'univers et tient unie « toutes choses[4] »."

1. *Idem*.
2. *Idem*.
3. Cf. Ludwig Wittgenstein, *Tractatus logico-philosophicus*.
4. Sagesse 1-7.

“Là, tout est là”, qu’on l’appelle Réalité, Sagesse, Tao, Brahman ou “la Grâce”, qu’on en parle avec le langage des textes sacrés, des scientifiques, des philosophes ou des mystiques, il s’agit de vivre cette adhésion dans le mouvement présent à “Tout, qui est là”.

Cette adhésion est à la fois notre essence et notre béatitude, il ne s’agit même pas de “vouloir” adhérer au Réel, c’est le Réel qui adhère à nous, en nous donnant d’exister là, en cet instant. Le moment où nous disons “je choisis tout”, c’est le moment même où l’infini choisit d’être Tout en nous comme il l’a toujours été.

Je ne peux pas chercher le Tout puisque je suis dedans, je ne peux pas trouver l’infini puisque je suis dans cet infini.

Où peut-on être ailleurs que dans la réalité qui est partout ? On ne peut pas y entrer et on ne peut pas en sortir. On peut y croire ou ne pas y croire, cela ne change rien puisque de toute façon, l’infini, le Tout, le Dieu, le Réel, “là, il est là”, ou plutôt cela change tout puisque ne pas y croire ce serait vivre “comme” s’il n’était pas là. Ce serait vivre dans l’ignorance, la non-reconnaissance. On ne peut pas devenir réel, puisque

nous le sommes déjà. On peut “réaliser le Réel”, c’est-à-dire accepter la réalité que nous sommes comme manifestation du Réel.

Dans cette acceptation, il y a une joie, une lumière, un retour à l’évidence. Dans le langage métaphorique de l’Évangile on dira : c’est le retour du fils prodigue vers son Père, c’est le retour à l’Évidence de son Amour qui a toujours été là, qui ne l’a jamais quittée.

Sa vie, séparée de la Source de la Vie n’était qu’une illusion. La vie la plus infâme ou la plus ingrate ne peut être séparée de la vie et de sa Source, “c’est ainsi”.

Que veut dire omniprésent ? Présent partout.

Si le Réel est présent partout

Il ne peut être quelque part, il ne serait plus partout.

L’omniprésent n’est pas là, précisément, particulièrement, il est partout là, et “non là”, dès qu’on veut le saisir, le réduire “là”.

Que veut dire omniscient ? Savoir tout.

Si on sait tout, on ne peut plus savoir quelque chose.

Dès qu'on sait quelque chose, on ne sait plus tout. L'infini est comme fini, comme arrêté dans un point particulier.

L'omniscience est un non-savoir, quand je sais, je ne sais plus rien de particulier et je n'ignore rien de particulier, docte ignorance que celle de l'omniscient.

Que veut dire omnipotent ? Qui peut tout.

Si je peux tout, je ne peux plus rien faire de particulier, je cesserai de pouvoir tout. Je me couperai du tout pour une tâche limitée. L'omnipotence est non-faire *(wu wei)*, non-pouvoir.

C'est lorsque je ne peux plus rien que je peux tout. C'est lorsque je ne suis rien que je suis tout, tant que je suis quelque chose de grand, de savant, etc. je ne suis pas Tout.

Ainsi que cherches-tu ?

Pourquoi cours-tu ?

"Là, tout est là." Mais "Tout" n'est pas chose à saisir, c'est l'insaisissable même. Ce que nous saisissons n'est qu'un point dans l'infini, ce n'est jamais l'infini, même si l'infini est dans ce point, ce n'est qu'un élément du "Tout", même si "le tout est présent dans la partie".

Le “là” de “Tout est là” n’est pas une localisation, une objectivation de l’infini, au contraire c’est l’ouverture du là, à ce qu’on ne peut ni localiser ni objectiver.

“Là, Tout est là”, dans l’Ouvert.

Je connais le Tout à la mesure de mon ouverture, mon ouverture est limitée, l’Ouvert est infini, “là, l’Insaisissable est là”.

“LÀ, L’INSAISISSABLE EST LÀ”

Cet insaisissable n’est pas seulement un climat particulier : le “non où”, le non-là, l’ouvert, l’infini, il est le fond de tous les climats.

“Là, l’Être est là.”

L’Être est insaisissable aux concepts qui en le saisissant ne peuvent que le réduire.

“Là, Il est là.”

Il est toujours au-delà de ce que je peux en dire et en appréhender, il est avant et après toutes connaissances, “obscur et lumineux silence”.

“Là, Tu est là.”

Plus je m’approche de toi, plus je deviens un avec toi, plus je te découvre comme insaisissable, irréductible, ce que je connais de toi ce n’est pas toi, mais c’est encore moi, ce que je peux contenir de toi. Mais toi dans ton altérité, dans ton ipséité, tu es hors d’atteinte de toute prise, et c’est dans cette “non-saisie” que “Tu” est vraiment là.

“Là, Je suis là.”

Plus je me connais moi-même, plus je m’échappe à moi-même, je me découvre comme inconnu.

Plus je me pose la question “qui suis-je ?”, plus ce “je” m’apparaît comme insaisissable. Et c’est lorsque je disparais que “je suis” vraiment, *“non sum, ergo sum”*.

“Là, Nous sommes là.”

Plus je découvre que mon je est un nous, interrelation avec tout ce qui existe, plus je découvre que cette interrelation est inaccessible. Nous ne pouvons pas saisir ce qui est “entre” nous, l’“entre” n’est pas quelque chose de saisissable, pourtant il rend toute saisie possible, toute interaction. C’est lorsque j’accepte l’insaisissabilité de ce qui est là “entre” nous, qui à la fois nous unit et nous différencie, que “là, nous sommes là”, relation pure.

“Là, Tout est là.”

Tout est là, la Réalité est là.

C’est sans doute une évidence, mais dès que je tente de saisir ce Tout qui est là, ce n’est plus le tout, mais quelque objet particulier même immense, ce n’est pas le tout. Même si c’est un dieu, ce n’est pas tout, ce dieu faisant “partie” du Tout.

Le tout est toujours plus que la somme de ses parties, rien n’existe en dehors du tout, si ce n’est le Tout lui-même. C’est pour cela sans doute que

Maître Eckhart parlait de la Déité, comme de "Dieu, au-delà de Dieu", à plus forte raison "au-delà des dieux". Ce qu'on connaît du Tout, ce n'est jamais tout. Si j'accepte cela, mon expérience "c'est la vérité mais non pas toute". Je m'ouvre au caractère infini, c'est-à-dire insaisissable du Tout. Un être fini ne peut pas contenir l'infini, un être relatif ne peut pas contenir l'absolu, un être partiel et partial ne peut pas être le Tout. Comme un poisson ne peut pas contenir l'océan, plus il s'y plonge, plus il devient un avec l'océan. Plus il découvre qu'il n'est que par l'océan, qu'il est en quelque sorte l'océan lui-même, plus il est poisson.

Non seulement "là", non seulement "tout", "non là". L'insaisissable est là, non là, non tout, au-delà de tout.

Et c'est de nouveau l'antique prière :

"Ô toi, l'au-delà de tout, au plus près de nous, à l'intérieur de nous.

De quel Nom pourrais-je te nommer ?

Tu as tous les noms et aucun nom ne pourra te nommer."

"Ô Toi
au-delà du moi, au-delà du toi,

proximité abyssale.
Ô Toi,
infiniment proche et toujours insaisissable[1]."

1. Cf. Grégoire de Naziance.

QUEL REGARD SOMMES-NOUS, C'EST-À-DIRE DANS QUEL MONDE VIVONS-NOUS ?

Nous vivons tous dans un certain regard, ce regard c'est notre monde.

Notre vision du réel, notre point de vue, nous ne voyons jamais rien d'autre que notre regard.

Nous ne voyons pas les choses mais notre perception des choses.

L'œil de la mouche, l'œil du savant, l'œil du philosophe, chacun voit le monde autrement. Il importe donc de savoir dans quel regard nous vivons et dans quel regard voit celui que nous percevons comme un autre.

Il y a des regards matérialistes, des regards de consommateurs, il y a des regards scientifiques, observateurs, il y a des regards philosophiques qui questionnent leurs perceptions.

Il y a des regards poétiques ou philocaliques qui célèbrent, remercient l'objet ou le sujet de leurs perceptions, qu'il s'agisse d'un élément de la nature, d'un animal, d'un homme, lorsque la perception est tournée vers le dehors ; d'une idée, d'un souvenir, d'une émotion, d'un sentiment,

d'un absolu ou d'un dieu, lorsque la perception est tournée vers le dedans.

Regard extérieur ou regard intérieur, nous sommes toujours dans notre regard. On ne perçoit jamais rien d'autre que ce que notre perception peut percevoir. Mais cette perception peut rester ouverte à ce qui dépasse sa vue, elle parle alors d'Inconnu, d'inobservable, d'invisible, d'insaisissable.

On reste limité aux réalités tenues pour réelles par sa perception. Au-delà de son perçu, sensoriel, affectif, rationnel, intuitif, … rien n'existe.

Comment l'homme et l'animal, l'homme et la femme, l'homme et Dieu se perçoivent-ils ?

Cela dépend de l'ouverture, de l'intensité, de la pureté du regard et des autres portes de la perception.

Deux êtres qui s'affrontent ce sont deux modes de perception, deux mondes créés par les perceptions de chacun.

Le monde de l'homme et de l'animal, le monde de l'homme et de la femme, le monde de l'homme et de Dieu, sont-ils des mondes différents ? Ou des perceptions différentes d'un unique Réel ?

Pouvons-nous changer de mode de perception, avoir une perception "animale" ou "divine"

du Réel plutôt que masculine ou féminine du Réel ?

Pouvons-nous changer de point de vue, partager un point de vue, un regard, une vision du monde qui n'est pas la nôtre ?

Notre point de vue peut-il évoluer ou changer radicalement ?

Pouvons-nous voir autrement que nous sommes habitués à voir, avec nos modes de perception habituels ?

Changer de regard, c'est changer de monde. Pouvons-nous changer notre regard sur l'homme, la femme, l'univers et sur Dieu lui-même ?

Pouvons-nous "vider" notre regard de toute perception, interprétation, pensée, image, représentation, afin d'accéder à un pur regard qui verrait ce qui est, tel que cela est ?

Ce regard vide, est-ce encore un regard qui aime ? Le regard totalement silencieux, est-ce le regard de Dieu ?

Comment la pure Conscience nous voit-elle et voit-elle toutes choses ?

Pouvons-nous voir Dieu comme Dieu nous voit, pouvons-nous percevoir la pure Conscience comme la pure Conscience se perçoit ?

Avant d'en arriver là, nous pouvons vivre en apprenant et en éprouvant les limites de nos différents points de vue ou visions. Nous pouvons vivre aussi, en apprenant à changer de lunettes, à ouvrir chaque jour davantage notre regard et en éprouvant encore ce que c'est de ne rien voir.

Au point où nous en sommes, il s'agit d'interroger nos différents regards, visions, modes de perception, sur l'homme, l'animal, l'univers et Dieu, sur toutes ces réalités qu'on appelle matérielles, psychosensorielles, intellectuelles ou spirituelles, et "voir" si nous pouvons évoluer, élargir l'espace de notre vision et surtout "voir celui qui voit" et qui sans cesse à travers nos différents modes de perception "crée" le monde.

Voir celui qui voit et qui est la vision et la substance même de tout ce que nous voyons.

L'INVISIBLE LUMIÈRE

L'Invisible, c'est l'espace entre celui qui voit et ce qui est vu, cet espace est lumière. C'est aussi l'espace entre celui qui pense et ce qui est pensé, cet espace est silence. C'est aussi l'espace entre celui qui aime et celui qui est aimé, cet espace est amour.

C'est encore l'espace entre le souffle expiré et le souffle inspiré, cet espace c'est la vie.

L'Invisible est donc Lumière, Silence, Amour, Vie.

On pourrait parler aussi de l'Invisible comme espace entre celui qui souffre et la maladie ou le mal dont il souffre.

L'espace entre celui qui meurt et son corps qui agonise. La conscience de mourir n'est-elle pas plus vaste que la mort dont elle a conscience ? Elle, ne meurt pas. L'Invisible qui se voit souffrir, qui se voit mourir, qui se voit penser, qui se voit aimer, qui se voit respirer, qui se voit en train de voir ; l'Invisible demeure invisible.

De qui la Conscience est-elle conscience ? La Conscience de la conscience demeure dans son retrait et à jamais cachée dans ce qui la manifeste.

Si l'Invisible est la première chose que nous voyons. La lumière est là, devant nos yeux. L'Invisible est bien une évidence.

La lumière est là aussi, derrière nos yeux.

L'Invisible est aussi une évidence pour les aveugles.

Comment ne pas citer le beau témoignage de Jacques Lusseyran :

"La découverte fondamentale que j'ai faite dix jours après l'accident : j'avais perdu mes deux yeux, je ne voyais plus la lumière du monde et la lumière était toujours là[1]."

"La lumière n'était plus hors de moi, sur les choses, mélangées aux choses et jouant avec elles […]. Tous croyaient que je l'avais perdue […]. Je la retrouvais au-dedans de moi, ô merveille, elle était intacte[2]."

1. Jacques Lusseyran, *La Lumière dans les ténèbres*, éditions Triades, 2002, p. 28.
2. *Idem*.

Elle était là, inévitable.

La lumière est là où se trouve la vie : à l'intérieur de nous.

"Comme tout aveugle, il m'est souvent arrivé de me heurter, mais très vite j'ai appris que je me heurtais seulement quand j'oubliais la lumière. Si au contraire, je la regardais constamment, je courais beaucoup moins de risques. La seconde grande leçon est venue presque aussitôt.

"Pour pouvoir regarder la lumière intérieure, il n'y avait qu'un moyen : aimer. Si j'étais pris de chagrin, si j'étais en colère, si j'enviais ceux qui avaient des yeux, si je me laissais aller à quelques rancunes ou jalousies, aussitôt la lumière diminuait. Parfois elle s'éteignait tout à fait, alors je devenais aveugle. Mais la cécité c'était cela : ne plus aimer, être triste ; ce n'était pas avoir perdu les yeux[1]."

Pour percevoir l'Évidence de l'Invisible il suffit (et c'est la difficulté) d'être dans un état d'attention.

La lumière de la Conscience en nous éveille une certaine qualité d'ouverture, d'écoute, d'attention.

1. *Idem*.

Ce que confirme de nouveau le témoignage de Jacques Lusseyran.

“J’avais grâce à la cécité, développé un pouvoir nouveau, ou plutôt ce pouvoir tous le possèdent, mais presque tous oublient de l’exercer : l’attention. Pour vivre sans les yeux, il faut être très attentif ; il faut rester, heure après heure, en état d’éveil, de réceptivité et d’activité à la fois […]. Être attentif, cela vous ouvre un champ de réalités que personne ne soupçonne […]. Si je réveille mon attention, les choses viennent à moi […]. Le monde « pèse » à distance sur nous[1].”

Dans la lumière de l’attention, on ne voit pas seulement des objets, on rencontre des présences, c’est le poids de la présence qu’on appelle la “gloire” (en hébreu *kavod*). C’est à cette présence, à cette gloire, souvent cachée à ceux qui ont des yeux, que l’aveugle attentif est sensible.

Connaître le monde non seulement par sa forme mais aussi par son poids qui “pèse”, plus ou moins fortement sur nous.

1. *Idem*, p. 32.

Cette lumière invisible qui sait discerner le poids de toutes choses c'est aussi la liberté. Cette découverte, c'est ce qui a poussé Jacques Lusseyran à entrer dans la résistance.

"La liberté, c'est la lumière de l'âme, nul n'a le droit de toucher à la volonté des hommes ni au respect qu'ils ont d'eux-mêmes [...]. Me rappeler sans cesse que la liberté était là, le rappeler à tout moment, à tous ceux que je rencontrerai, cela est devenu pour moi un devoir aussi clair que celui de faire vivre la lumière derrière mes yeux fermés[1]."

"Au lieu de m'obstiner à suivre le mouvement de la vue physique vers le dehors, je regardais de l'intérieur vers l'intérieur [...]. Je découvris dans le même instant, la lumière et la joie. Et je puis dire sans hésiter que la lumière et la joie ne se sont jamais plus séparées dans mon expérience. Je les ai eues ensemble, ou je les ai perdues ensemble[2]."

Cette lumière intérieure peut néanmoins être troublée, polluée, et c'est l'invasion des choses du dehors non choisies, non assimilées, la lumière est occupée par toutes sortes de pensées, d'émotions, de jugements, de mémoires, d'images, plus

1. *Idem*, p. 34.
2. *Idem*, p. 78.

ou moins violentes et obscures ; elle “perd conscience”.

Quand la conscience est perdue, il ne reste que des objets mentaux auxquels on s’identifie. Comment ranimer sans cesse en nous la flamme de l’attention ? Pour que dans sa lumière revienne l’Évidence de l’Invisible, la joie et la liberté de la contempler ?

Comment ne pas se laisser polluer, occuper par le vain et l’inutile ? Si ce n’est par une anamnèse essentielle, une invocation, un souffle qui nous relie sans cesse à la Source de tout ce qui vit et respire.

Adam où es-tu ?

Où suis-je ?

Je suis là, dans la lumière, dans la lumière qui est là, derrière et devant mes yeux, “là, nous sommes là”,

“là, Tout est là.”

“Souviens-toi.”